【追星逐海】巴厘岛纯玩 5 晚 6 日

罗威纳追海豚+佩妮达岛+五星 Hua Spa 1 小时

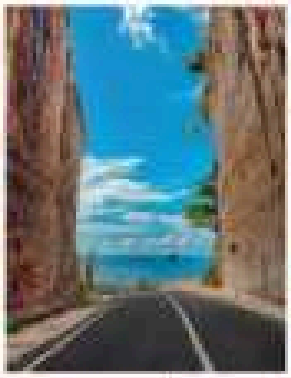
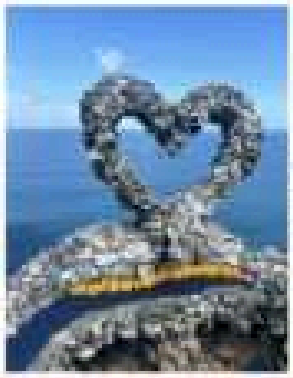
【优质团型】-大连独立成团，20 人 VIP 小团，真纯玩，无购物，全程专职领队陪同
【省时优选】-南航白天航班，拒绝夜航，广州中转当日抵达巴厘岛
【精选酒店】-1 晚罗威纳网评 4 钻海边度假酒店+4 晚巴厘岛网评 5 钻泳池度假酒店
【美食佳肴】-火山自助餐/乌布稻田套餐/金巴兰海鲜 BBQ
【完美体验】-网红佩妮达全天出海（破碎沙滩+天神浴池+精灵坠崖）/罗威纳追海豚
【独家赠送】-五星级 SPA 馆 Hua Spa 1 小时
【特别安排】-一整天自由活动/网红悬崖公路/金巴兰海滩日落/远眺巴图尔火山
-Alas 秋千俱乐部（梯田+网红秋千+神庙逃亡）
-网红 Manili 海景餐厅（打卡无敌悬崖海景）

行程速览

日期	秒懂行程	用餐	住宿
第一天	大连-广州-巴厘岛	无	巴厘岛网评 5 钻泳池度假酒店
第二天	网红悬崖公路→网红 Manili 海景餐厅（无敌悬崖海景打卡，不再怕被猴子抓伤）→五星级 SPA 馆 Hua Spa 1 小时→金巴兰海滩日落+海鲜 BBQ	早 x 晚	巴厘岛网评 5 钻泳池度假酒店
第三天	萨努尔码头→出海佩妮达岛一西线（含精灵坠崖+破碎沙滩+天神浴池+岛上简餐+浮潜+独木舟）	早中 x	罗威纳网评 4 钻海边度假酒店
第四天	日出追海豚+远眺巴图尔火山+火山湖→火山观景餐厅午餐→乌布梯田秋千俱乐部（首道大门票）+神庙逃亡+打卡点→乌布稻田晚餐	早中晚	巴厘岛网评 5 钻泳池度假酒店
第五天	全天自由活动（推荐自费项目，自愿参加）	早 xx	巴厘岛网评 5 钻泳池度假酒店
第六天	巴厘岛-广州-大连	早	温馨的家

详细行程

<table>
<tr><td>第一天</td><td colspan="4">大连-广州-巴厘岛
大连周水子国际机场集合，办理乘机手续，乘航班经广州转机飞往巴厘岛。
温馨提示：
※巴厘岛入境之后需扫描入境电子报关单，填写完成后会生成一个 QR-Code 保存，出关时需要，感谢您的配合。
餐食： 早：自理 午：自理 晚：自理
住宿： 巴厘岛网评 5 钻泳池度假酒店</td></tr>
<tr><td>第二天</td><td colspan="4">网红悬崖公路→网红 Manili 海景餐厅（无敌悬崖海景打卡）→五星级 SPA 馆 Hua Spa 1 小时→金巴兰海滩日落+海鲜 BBQ
早餐后，开启今日愉快的海岛旅程！
★前往【网红悬崖公路】（停留 90 分钟左右）这是一条两边高耸悬崖直通海边的公路，90 度的峭壁仿佛直入云霄，路的尽头是无尽的蓝，视觉冲击，非常震撼。在这里用广角镜头，长焦镜头和无人机拍压马路的照片分分钟刷爆朋友圈。
★前往【Malini 海景餐厅】（停留 90 分钟左右），作为巴厘岛必打卡的餐厅，有人说没来这里，就等于情人崖只去了一半（此处没有猴子骚扰的风险）。这里贩卖的不是美食，是风景。坐在悬挑于印度洋上的露台长石桌旁，脚下是波涛汹涌的蔚蓝，吹着海风，喝饮料品美食，静静地聆听海浪声，坐拥一整片大海。（餐费自理，自由消费，但餐厅有最低消费 300.000Rp/人）
★前往赠送项目【Hua Spa】（赠送 1 小时）巴厘岛 SPA 是一种结合五官的松弛法，环境、香熏、音乐，并利 用古老的按摩手法和和各式周到的服务来达到真正的放松，您不妨可以在安静的气氛中小睡一下，消除近几天的旅途疲劳。全套身体护理做下来，一定会让您有一种受到皇室待遇的精致呵护的感觉，快来体验一次心灵“SPA”，充分感受巴厘岛带给您的无限悠闲乐趣。（您可视按摩师的服务品质或专业水准而弹性给予小费，约 10000 卢比）
★前往【金巴兰海滩】（停留 2-3 小时左右），在这全球排名前十的日落沙滩享受全球独一份的夕阳盛宴，一踩着细软黑沙，听着浪声，看太阳像咸蛋黄一样坠入印度洋，渔民小船剪影超有电影感！
※SPA 为赠送项目，恕不接受 12 岁以下儿童与孕妇参与，且无费用退还，敬请知悉。</td></tr>
</table>


餐食：	早：酒店内	午：自理	晚：金巴兰海鲜 BBQ
住宿：	巴厘岛网评 5 钻泳池度假酒店		

第三天

萨努尔码头一出海佩妮达岛西线（精灵坠崖+破碎沙滩+天神浴池+岛上简餐+浮潜+独木舟）

早餐后，码头乘船参加【佩尼达岛西线一日游】。佩妮达岛位于巴厘岛东南面，这里您能看到梦幻海滩悬崖，将海水细分成各类颜色的绝美景色。我们第一站抵达沙滩俱乐部，开始岸边浮潜（适合初学者，带孩子）。乘坐独木舟等水上项目（费用已含）。沙滩俱乐部有潜水、香蕉船、水上摩托、滑翔伞，海底漫步等自由消费项目。价格参考现场挂牌价，或是导游提供的优惠价。

【精灵坠崖】（停留 15-20 分钟）苹果经典壁纸拍摄地，这座如巨龙脊背般的险峻悬崖，被誉为“上帝的杰作”。您将站在 200 米高的陡峭崖壁上，俯瞰如绿松石般透亮的浪花拍打月牙沙滩。在崖顶观景台捕捉最经典的“精灵翼角”构图。当阳光穿透海浪时，整片海湾会绽放出梦幻的蒂芙尼蓝色！

【破碎沙滩】（停留 15-20 分钟）在佩妮达岛西岸，这座令人叹为观止的天然拱门犹如被天神劈开的翡翠。海浪千年冲刷形成的完美圆形海洞，如今成为连接碧海与悬崖的奇幻走廊。站在火山岩悬崖边，您将看到汹涌的海浪从洞口喷薄而出，在阳光下折射出钻石般的光芒。当潮声在天然扩音器里回荡时，您会听见地球的心跳。《孤独星球》曾称它为“东南亚最上镜的海蚀奇观”。

【天神浴池】（停留 15-20 分钟）在火山岩海岸线上，这座天然形成的碧蓝泳池宛如天神亲手雕琢的杰作！退潮时，平静如镜的水面倒映着天空云影，您可踏入清澈见底的浅池（深及腰部），感受被火山岩环抱的奇妙触感；涨潮时则化身惊涛舞台，海浪从缺口奔涌而入，在池中炸开雪白浪花，场面震撼至极。

15:30-16:30 乘坐快艇返回巴厘岛萨努尔码头。

16.30-19.30 穿越巴厘岛中部到达罗威纳区域。

特别说明：

1、根据天气情况，如果海上风浪太大，当天会取消独木舟活动，恕不退款。

2、佩妮达岛行程，导游会根据当天客流量调整游玩顺序。



餐食：	早：酒店内	午：岛上海景餐厅简餐	晚：自理
住宿：	罗威纳网评 4 钻海边度假酒店		

第四天

日出追海豚+远眺巴图尔火山+火山湖【远观无需爬山】一火山观景餐厅午餐一乌布梯田秋千俱乐部（首道大门票）+神庙逃亡+打卡点一乌布稻田晚餐

在星辰未褪时启程，乘着凉爽的海风前往罗威纳黑沙滩码头。

★乘坐蜘蛛船出海参加**【罗威纳追海豚】**（约 120 分钟）每到黎明时分，成群结队的野生海豚就会出来觅食，这群来自印度洋的海洋精灵活泼调皮，时不时能够看见它们跃出海面，临近甚至还能听到它们呼气打水花的声音。除了单纯的追海豚，也别忘了欣赏壮阔如诗的海上日出，看黎明的晨光一点点染红犹如镜面的海域，灰蒙蒙的天空被朝霞缓缓点亮，这一刻心灵仿佛得到了升华，这也是为什么需要在清晨出发的理由之一。

★返回酒店享用早餐，之后办理退房。

★出发前往**【远眺巴图尔火山•火山湖】**（60 分钟左右）。在巴厘岛的心脏地带，巴图尔火山（Mount Batur）巍然矗立，这座活火山拥有令人屏息的黑熔岩地貌与翡翠色火山湖。我们的行程将带您前往**【网红火山餐厅】**午餐，餐厅观景台区域正对巴图尔火山，拥有开阔的观景视野，是欣赏火山全景的热门餐厅之一，在舒适环境中享受火山全景与美食的双重震撼！

★前往乌布秘境**【Alas harum 秋千俱乐部】**（90 分钟左右）。这是乌布非常受欢迎的梯田观景俱乐部（梯田+秋千+神庙逃亡），在这里您能观赏到巴厘岛特有的椰林梯田景观。一定要穿上漂亮的长裙，乘三种不同级别的高空秋千掠过椰林梯田，漫步镜面平台捕捉阿勇河全景倒影，拍上一张美美 的秋千照。还可以挑战丛林竹桥的惊险刺激，并在螺旋梯田和鸟巢观景台留下绝美大片。在这里，肾上腺素活动与巴厘岛优美风景完美的融为一体。（不含荡秋千费用，自愿自理）

★**【Cretya Ubud】**位于乌布中心的 Tegalalang 梯田秘境，Cretya Ubud 将巴厘岛田园风光与网红体验完美融合。您可以慵懒地泡在无边泳池俯瞰层层稻浪，在悬空鸟巢和秋千上拍出 ins 风大片，品尝融合当地食材的创意鸡尾酒，或是沿着栈道漫步青翠梯田。这里既是放松身心的天然氧吧，更是集合泳池派对、美食体验和田园野趣的

	潮流聚集地！ 温馨提示： 得益于火山群滋养的独特生态，火山地区活跃着多样的自然生命体，包括偶尔造访的飞蝇。对于这份来自土地的特别问候给您带来的困扰，我们深表歉意。您的理解与配合，让我们共同守护巴厘岛最珍贵的生态馈赠。 特别说明： 雨季或天气不适合出海追海豚时，当天行程改为双子湖高空秋千+鸟巢一汉达拉门一水神庙。 			
	餐食：	早：酒店内	午：火山自助餐	晚：乌布稻田晚餐
	住宿：	巴厘岛网评 5 钻泳池度假酒店		
第五天	全天自由活动（不含餐+车+司导服务） 这是一个没有morning call的早上，您可以在酒店里睡到自然醒，在酒店内享受休闲时光，也可以选择其他景点游玩。 ※温馨提示：自由活动期间，请您注意人身财产安全，遇到紧急情况可致电紧急联系人。 			
	餐食：	早：酒店内	午：自理	晚：自理
	住宿：	巴厘岛网评 5 钻泳池度假酒店		
第六天	巴厘岛-广州-大连 早餐后，指定时间集合，搭乘国际航班，经广州返回大连。您轻松愉快又浪漫的巴厘岛之行就此结束。			
	餐食：	早：酒店内	午：自理	晚：自理
	住宿：	温馨的家		

重要提示：

在不减少景点的前提下，旅行社导游有权根据实际情况，适当调整景点游览顺序。如遇人力不可抗拒因素或政府临时性调整或景区原因临时关闭，将另行安排时间游览；如行程时间内确实无法另行安排，将按照旅

行社折扣价将门票费用退还游客，敬请预知并配合。

费用包含：

1、交通：大连-巴厘岛-大连往返机票（含税），团队经济舱。

2、住宿：1 晚罗威纳网评 4 钻海边酒店+4 晚巴厘岛网评 5 钻泳池度假酒店；全程双标间，不提供自然单间，产生单房差由客人自理。

3、用餐：酒店早餐，不用不退；4 正餐（请参照行程内容，不含酒水）。

4、用车：当地空调旅游车；按我社拼团人数选择车型，每人确保 1 个正座。

5、导游：当地中文导游服务，行程作息由随团导游根据具体情况安排。（5 人以下安排司机兼向导服务）

6、门票：行程所列景点首道门票，如因自身原因放弃景点，门票均不退费。

7、小费：含司导服务费小费

8、针对赠送的项目以及景点：若特殊原因（航空公司或景区自身原因以及自然灾害、交通状况<如塌方、塞车、车辆故障>、政府行为等）导致不能赠送的或客人自愿放弃的，我社不退费用并不予替换任何景点项目！谢谢大家的理解和支持！

费用不含：

1、护照费用及行程以外的一切个人消费。

2、印尼落地签证费 35 美金/人或电子签 275 元/人。

※电子签材料：护照首页、白底彩色近期电子照片（注：电子签一经办理成功费用不退）

3、旅游税：2024 年 2 月 14 日起，抵达巴厘岛的国际旅客需付 15 万印尼盾/人（约 10 美金）的旅游税。

4、小费：按照国际惯例，小费是给服务人员服务的报酬和认可，若境外相关服务人员(酒店、餐厅等)服务出色，游客可适当给予服务小费；漂流、吉普车、出海游玩儿项目后，请给教练 10000 印尼盾（约合人民币 5 元）作为服务小费。

5、全程单房差。

6、旅游者投保的个人旅游保险费用（建议游客购买旅游意外险）。

7、航空公司临时增加的燃油附加费、航空意外险、航空延误险。

8、由于不可抗力原因（包括但不限于自然灾害、航班延误或取消、车辆故障、交通意外等）而需要变更行程时产生的费用。

9、因旅游者违约、自身过错、自身疾病等自身原因导致的人身财产损失而额外支付的费用。因旅游者自身原因滞留产生的一切费用。

10、“费用包含”中未提及的其他费用。

注意事项：

1、行程介绍中涉及的交通时间、游览、停留时间、酒店住宿以当天实际游览为准。

2、在不减少景点的前提下，导游可根据天气、行程和交通等实际情况并征得客人同意后临时

调整景点的游览顺序

3、游览节目、交通和食宿将尽量以行程表所列安排，如遇特殊情况，将以当地导游安排为准，敬请理解与配合。仅限于团队正常运作情况下，如遇到罢工，天气，交通严重堵塞等特殊情况，可能参观时间略有减少。

4、在您离开酒店时，请携带好酒店名片,以备万一迷路时用

5、参团游客须严格遵守中国及旅游目的地国家的有关法规，全程必须随团集体活动。如擅自离团者，离团期间食、宿一概自理，并处于800元/天离团费并签署旅行社免责书。

6、行程中的项目（例如餐、景点、车、赠送项目等等），如果自动放弃，不退还费用;

7、请各位游客尊重当地习俗，听从当地导游的安排，遵守各种场所的注意事项。

8、在境外用餐请您注意，在食用过海鲜后，切勿再吃榴莲椰子等热性水果，以免饮食不当引起腹泻等。

9、您在境外或出关处如遇遗失，盗窃，抢劫等意外，请立即向警方或领队报告，以免引起不必要的麻烦。

10、途中休息站仅供休息和方便使用，如购物为个人自主行为，因购物产生的纠纷与本社无关。

11、购物为个人行为，如果由于商店和海关无合同或机场原因（飞机晚点、银行关门、海关检查时间紧迫等）不能及时退税的我社不负责办理退税业务，由于退税误机者责任自负。

12、在非我社带领前往指定景区购物点的情况下（如KUTA洋人街）买东西有问题一律和导游领队旅行社无关

13、为了您的安全起见，当您参加有一定危险性的室内或户外活动时，请务必了解当天的天气情况及您个人身体状况是否适宜参加此类项目。我社提醒您注意人身安全。

14、本产品会在当地由导游根据具体情况推荐自费项目，一般为套餐形式，您可根据自身需要选择是否参加，绝无强制消费。

15、巴厘岛现在旅游局整顿，为了保护自己国家的正规旅游公司和导游的利益，抓其他网上订的包车和导游，请各位不要贸然网络定包车和导游，因为一般都是黑导游，不安全又要可能被当地旅游局抽查，不要贪图一点小便宜而失去对自己权利的维护和保障！希望大家留意了出去玩安全第一请大家尽量跟随我们旅游公司和导游的安排！谢谢！

16、当地导游有权视当地实际情况调整行程及用餐地点；如遇非人为的不可抗力因素，有权修改行程及调整景点游览时间。

17、旅程较为颠簸，如有孕妇请注意自身安全，为了自己和胎儿的安全,请制定合理的安全的出行计划。

18、浮潜、游泳、海底漫步等娱乐项目有一定的危险性,请游客注意人身安全!

19行程中可能涉及到的游玩项目需注意：（免费或自费）

（1）参加水上活动宜结伴同行，需事先了解活动场地是否合法以及各项器材的使用操作，请

听从专业教练指导。浮潜装备不能替代游泳能力，不会游泳的客人，请不要尝试。

（2）请事先了解地形、潮汐、海流、风向、温度、出入口等因素，如上述因素不适合水上活动，不要勉强参加。

（3）参加特殊的活动行程，请严格遵守穿救生衣的规定，且应全程穿着，如活动场地或教练未提供救生衣，则应主动要求。

（4）乘坐游艇及水上摩托车，不得跨越安全海域，游客亦不能在水上摩托车、快艇、拖曳伞等水上活动范围区内游泳。5.注意活动区域的安全标示、救援设备及救生人员的设置地点。

（5）应注意自己的身体状况，有心脏病、高血压、感冒、发烧或醉酒的客人，不能参加水上活动，感觉身体疲倦、寒冷时，应立即离水上岸。

（6）避免长时间浸在水中或曝晒在阳光下，不能长时间闭气潜水以免造成晕眩发生意外；潜入水里时需使用耳塞，以防水压冲击耳膜造成伤害。浮潜时应携带漂浮装备，切勿让头部先入水。

（7）乘坐游艇前应先了解游艇的载客量，如有超载应予拒乘。搭乘时不要集中在甲板一侧，以免船身失去平衡。

（8）对于旅行社安排的行程之外的各种水上活动，参加前应谨慎评估其安全性及自身的身体状况，量力而行。

巴厘岛旅游注意事项

一、搭乘国际航班注意事项

1、如因游客自身行为、身体健康等原因或航空公司运力调配、航权审核、机场临时关闭、天气原因、航空管制等不可控制或其他不可抗拒力原因，导致航班取消或延期的，本社不承担违约责任。我们将尽最大努力协助您办理变更事宜，如产生差价，多退少补。请听从导游和领队的安排，否则因此产生的一切更多的严重后果，均由游客自己负责，谢谢合作！

2、通常情况，带上飞机的手提行李，每件行李体积不超过20×40×55厘米（三边之和不超过115厘米）

3、不可作为托运行李运输物品有：重要文件和资料、证券、货币、汇票、珠宝、贵重金属及其制品、古玩、字画、易碎易损坏物品、易腐物品、样品、旅行证件、贵重物品、锋利的物品，任何尺寸的小水果刀/瑞士军刀，尖头雨伞，火机缝衣针，剃须刀，毛衣针，剪刀等液态、胶状、膏状物体，压缩泡沫、喷雾，液体化妆品等这些超过100ml的物品（具体请向航空公司问询）

4、请保管好自己托运行李的凭证以及登机牌并请撕掉托运行李箱上的废旧行李条及有条码的标签，以确保您的行李正确运至目的。如由于航空公司原因导致托运行李遗失的，请游客及时前往航空公司柜台办理遗失登记手续；如无法找回的，将按照各家航空公司规定及民航行李赔偿方案参考，进行行李赔偿（参考赔偿金额大约为USD10~20/公斤不等）

5、民航局关于旅客携带"充电宝"乘机的规定公告

（1）充电宝必须是旅客个人自用携带。

（2）充电宝只能在手提行李中携带或随身携带，严禁在托运行李中携带。

（3）充电宝额定能量不超过100Wh,无需航空公司批准；额定能量超过100Wh但不超过160Wh，经航空公司批准后方可携带，但每名旅客不得携带超过两个充电宝。

（4）严禁携带额定能量超过160Wh的充电宝；严禁携带未标明额定能量同时也未能通过标注的其他参数计算得出额定能量的充电宝。

（5）不得在飞行过程中使用充电宝给电子设备充电。对于有启动开关的充电宝，在飞行过程中应始终关闭充电宝。

6、航班经停或转机时，请务必反复确认登机口和登机时间，并请提前45分钟抵达登机口。航班登机口可能临时变更，请留心机场广播或领队提示，以免误机。

7、搭乘飞机时，请随时扣紧安全带，以免乱流影响安全。高空上因机舱压力太大，不宜饮酒过量，以免影响身体健康。8.团体机票指定日期来回，不可更改日期及不可延期停留，一经开票不接受改名。

二、海关与出入境

请客人在办理出入关手续时，切勿拍照留念，以免被海关罚款！切勿以身试法！

巴厘岛海关规定，可携带2公升酒类，200支香烟，50雪茄或100克烟草，适量香水入境（超量会遭遇没收或罚款）。印尼境内保护动物（天堂鸟、贝壳类）、古董品等禁止携带出境。外币及旅行支票无特别限制。

印尼海关规定，境外游客每人可以随身携带相等汇率7500美元的现金，无需报关。如有超额需提前申报！

三、当地须知

1、时间：印度尼西亚首都雅加达比中国慢1小时，巴厘岛与中国无时差，如果团队是在雅加达转机时，请务必注意时差问题，以免误机。

2、用电插座情况：巴厘岛电压和中国大陆的相同，均为220V。巴厘岛为两孔圆形插座，可以向酒店前台借转换器（旺季可能会供应不足，最好提前自己准备）。

3、通讯：酒店房间内电话可直拨IDD，但需加收手续费，公用电话最好选择使用电话卡比较便宜。（一般超市及酒店有售）拨回中国：001-86-区号-电话号码。拨去印尼：0062-361（巴厘岛）-电话号码。

4、关于小费：给小费是印尼当地的床头小费，每间房每天约为一元美金（或等值的当地货币）。旅馆行李员送行李进出房间时，请给小费约每件行李一元美金。（或等值的当地货币）。

5、流通货币：目前印尼唯一流通货币为印尼盾（卢比）。您可在当地机场或当地酒店前台用美金兑换（具体汇率以当天的价格为准）。在中国出境前最好换好2006年以后新版的美金，旧版美金在巴厘岛当地很多商店不收或者汇率较低。巴厘岛Rp（简称印度尼西亚盾或卢比），因汇率变动较频繁，请以当天实际汇率为准，或咨询领队和导游及当地换钱所！

6、气候：巴厘岛属于赤道热带雨林气候，气温随信风带而改变，终年分成两季：四月--十月为干季，十一月--三月为雨季。炎热潮湿，温度约为27-32度之间，有时会下阵雨，请各位贵宾带好雨具。

7、交通道路：巴厘岛的行车方向与我国相反，请遵守交通法规，注意安全。夜间请不要单独出行。

8、餐食：巴厘岛当地的食物偏甜和辣，并且喜欢在菜肉加各种香料，可能不适合您的口味，建议您在出发前准备些小包装的咸菜（如榨菜等）。在巴厘岛吃饭是必须付税的，五星级酒店、饭店都是21%的税，普通饭店是15%的税。

9、宗教节日风俗：出游期间如遇到当地风俗宗教节日（如安宁日等），会存在酒店，景点，餐厅等公共场所不对外营业，导致客人不能外出只能留在酒店休息的情况下，请勿吵闹并尊重当地国家民众的习俗，当天行程可能会取消或更变！尽情谅解！

10、退税事宜：巴厘岛暂时只有部分商店参与退税政策，购物前可向商家咨询。游客在巴厘岛国际机场退税时必须出示护照、登机证和税务发票。

四、当地民俗特别提醒：

1、注意：请您严格遵守境外旅游目的地有关国家法律法规，切勿从事象牙等濒危野生动植物及其制品交易或携带相关物品，避免因触犯法律损害自身利益。

2、在公共汽车、剧场、影院、餐馆和装有空调的商店、政府机关办公室等禁烟区吸烟，要被罚款。

3、握手及拿东西不要用左手。

4、不可随意摸人的头，包括小孩，也不可用手指指人。

5、进入寺庙需脱鞋，不可露出手臂及腿，生理期的女生，莫进入寺庙。

6、若有人（尤其是祭师）坐在地上时，千万不可站在他的右手边。

五、境外安全提醒

1、由于各地区游客较多，请您在出行时特别小心自己随身携带的物品，以免被窃。

2、乘做交通工具时，现金、证件或贵重物品请务必随身携带，不应放进托运行李内；外出旅游离开酒店及旅游车时，也请务必将现金、证件或贵重物品随身携带。

3、贵重物品及钱款请务必随身携带或存放在酒店前台保险柜内，切勿留在房间里或放在行李中及客车车厢里的行李箱内。酒店与司机不负责客人在客房中与车中的贵重物品安全，注意现金也是不投保的。

4、外出时请注意扒手，请保管好个人财务安全。博物馆、酒店、大堂、百货公司、餐厅等人多的地方，是小偷经常光顾之地，切勿暴露财物在大庭广众之中。晚上外出应该结伴而行。

5、各位贵客在参加海岛活动时，要注意个人安全，根据自己的水性来选择参加。在参加各项风险较高之活动前，必须衡量个人健康状况及能力，并遵守有关活动之安全指引，如：穿着救生衣，扣上安全带，穿着合适或指定之衣物等。

6、紧急电话：救护车118火警113警察110

7、医疗援助中心电话：236225（巴厘岛有24小时国际SOS服务，建议在出发前购买有国际救援服务的健康及意外保险）

8、中国驻印度尼西亚大使馆电话：0062-21-5761037；0062-21-5761038

9、外出长途旅游，可能会因水土不服而令身体感到不适。故应准备些常备药物，以备不时之需。携带常备药物时，应避免是粉剂，以免被误为违禁品。孕妇及年长者或健康状况不良者，宜有家人随行。*患有心脏病、糖尿病等慢性疾病者应随身携带药物，并听从医生指示服用，不随便吃别人的药。且应提前到医院索取附有英文说明的诊断书备用。以确保在国外发病时，可获得妥善治疗。

自费价目表（参考）			
序号	项目名称和内容(自由活动推荐)	成人/美元	儿童/美元
套餐 1	五星海边俱乐部西式下午茶+午餐巴厘岛特色考猪肋排+spa 按摩 1 个小时+印尼特色手抓饭	$150	$105
套餐 2	五星海边俱乐部西式下午茶+午餐印尼特色餐+私人沙滩躺椅椰子水+晚餐中式料理	$150	$105
套餐 3	私人沙滩躺椅椰子水+巴厘岛特色考猪肋排+waterblow+巴厘精品购物中心+晚餐中式料理(石斑鱼，红烧汤，鲨鱼头，螃蟹，龙虾（一只/每人），虾，鱿鱼)最少 8 个人	$130	$91
套餐 4	私人沙滩躺椅椰子水+巴厘岛特色考猪肋排+waterblow+巴厘精品购物中心+晚餐中式料理	$120	$84
套餐 5	atv 越野摩托车 2 人一台+午餐自助简餐+私人沙滩躺椅椰子水+晚餐中式鸳鸯自助火锅	$150	$105
套餐 6	吉普车游览火山脚+火山远观景台自助餐+atv 越野摩托车 2 人一台+晚餐印尼风味餐	$150	$105
套餐 7	火山远观景台自助餐+火山脚下泡温泉+晚餐中式鸳鸯自助火锅	$120	$84
套餐 8	火山远观景台自助餐+古老干净村+spa 按摩 1 个小时+晚餐中式料理	$140	$98
套餐 9	火山远观景台自助餐+火山脚包温泉+古老干净村+晚餐中式鸳鸯自助火锅	$140	$98
套餐 10	吉普车游览火山脚+火山远观景台自助餐+火山脚包温泉+晚餐中式鸳鸯自助火锅	$140	$98
套餐 11	火山吉普车看日出+火山脚包温泉+火山远观景台自助餐+私人沙滩+晚餐中式料理	$150	$105
套餐 12	滑翔伞 10 分钟（天气/没风就改为 2 小时 SPA）-FINNS Club(个人自己消费)	$120	$84
套餐 13	贾蒂卢维(活态文化遗产)徒步/自行车含午餐-Mulia 酒店豪华自助餐	$160	$112
套餐 14	贾蒂卢维(活态文化遗产)徒步/自行车含午餐-Mulia 酒店豪华自助餐-spa 两个小时	$200	$140

套餐 15	提前一晚入住北部海边酒店，次日早上追海豚-前往巴图尔火山观景台印尼自助餐午餐-火山吉普车游玩火山-晚餐中式料理（+15usd 可选川式海鲜自助火锅，啤酒畅饮）	$150	$105
套餐 16	最美私人沙滩俱乐部-午餐俱乐部内特色烤猪肋排饭-2 小时精油 spa-晚餐中式料理(晚餐可选自助海鲜川式火锅，啤酒畅饮 +15usd)	$140	$98
套餐 17	丛林越野 atv90 分钟-午餐特色烤猪肋排-2 小时精油 spa-晚餐中式料理（+15usd 可选川式海鲜火锅自助，啤酒畅饮）	$150	$105
套餐 18	阿勇河漂流 2 小时-午餐特色烤猪肋排-两小时精油 spa-晚餐中式料理(+15usd 可选川式海鲜火锅，啤酒畅饮)	$150	$105
套餐 19	乌布 pulina 咖啡庄园丛林天然泳池-午餐印尼特色餐-精油 spa2 小时-晚餐中式料理（+15usd 可选川式海鲜自助火锅，啤酒畅饮）	$140	$98
套餐 20	最美私人沙滩俱乐部-午餐俱乐部内特色烤猪肋排饭-神鹰广场晚餐中式料理	$130	$91
套餐 21	滑翔伞-印尼特色手抓饭-按摩 2 小时	$110	$77
套餐 22	吉普车游览火山脚-滑翔伞 15 分钟-按摩 2 小时-印尼特色手抓饭	$150	$105
套餐 23	滑翔+最美私人沙滩俱乐部+午餐俱乐部	$120	$84
套餐 24	minizoo 小动物合照+滑翔伞+2 小时按摩+印尼特色手抓饭	$130	$91
套餐 25	按摩 2 小时+印尼特色手抓饭	$60	$42

文明安全出行告知书

尊敬的游客：您好！

感谢您的信任，欢迎您参加本次旅行，出于对您及同行人员安全、健康的考虑以及我公司应尽的提醒义务，在您确定参加此项活动前，请您务必详细阅读这份我们特别为您提供的《文明安全出行告知书》，此告知书会出现在给您的旅游合同附件里及机场说明会，请您认真阅读后本人签字确认。

谢谢您的合作，希望您积极配合领队、导游和其他工作人员的安排，互相关爱，互相帮助，团结协作，共同完成这次愉快的旅行。在此，我公司全体员工祝您身体健康，旅途愉快！

一切旅游体验项目及服务，包括但不限于交通、出海、户外体验项目等，均必须在参与者的配合下才能保证安全，为了您和同行人的安康，请注意人身安全，充分了解和合理评估自己与同行人的健康状况，确保自身身体条件能够适应和完成本次旅行活动。

一、出行前准备事项

（一）根据当地气候和环境准备衣物及用品

1.景点气候多变，老年人和儿童易受凉感冒，请带足衣物以便随时增减。穿旅游鞋，请酌情带防晒霜、太阳帽、雨伞、墨镜、雨鞋等；老人请带上手杖，山区不宜打伞，请自备雨衣。安排好所需的行李，行李包中如果有易碎的东西请妥善保管。

2.某些娱乐项目因为出于安全考虑，某些场合因为宗教习俗等原因要求穿长裤才适合，因此女游客不仅要带裙子，长袖衣裤是必不可少的。

3.到野生动物保护区游览，应穿中性颜色的衣服，如棕色、米色和土黄色；白色和其他鲜艳的颜色会令动物不安。不要随意挑逗野生动物。同时，尽量穿长袖衣裤，以防被丛林中的蚊虫叮咬。

4.因乘坐车船等交通工具和进入某些特定场合时有时需脱鞋，因此建议准备一双拖鞋。

5.因提倡环保，很多酒店现在不再提供一次性洗漱用品，建议自备常用洗漱用品。

（二）提前检查身体，自备药品

1.出行前的体检必不可少，参加旅行活动前需征得医生同意，确认具备参加旅行活动的身体条件。如有体质较弱或者曾患病的游客必须在旅途中坚持治疗，防止旧病复发。平时需要用药治疗者，出行时不可遗忘服药，需要服用的药品请带足用量，按时服用。

2.为防止水土不服，请带急救用品及常用药品，如绷带，创可贴，伤湿止痛膏，感冒药，晕车药，止泻药，消炎药，小檗碱，风油精，健胃药，抗过敏药等。有晕车/晕船史的游客要在乘车，乘船前半小时服用晕车/晕船药。

3.高原、野外、长途旅游、快艇、高速游艇、滑翔伞、跳伞、蹦极等高风险项目，禁止孕妇，心脏病患者、高血压患者、骨质疏松症患者、颈椎骨椎病患者、动过手术未痊愈者、不适宜颠簸劳者和严重晕船者参加；其他项目本身对参与者有明确的要求或禁止参与的情形的，需严格依照项目说明决定自身能否参与。违反本条警示报名行程被发现后将被拒绝参加行程，并不予退款；如游客隐瞒上述情况，登艇出航或参加项目发生意外的，后果自负；特别是海岛游行程不可避免地存在一定的安全风险，请根据自身身体状况谨慎选择！

（三）安排好家中相应事宜

1. 如果出行时家中没有留人，请安排好您家的物品投送（如牛奶、报纸、邮件等）；将家中贵重的东西放入保险箱或其他安全的地方；关上自来水龙头、煤气开关，拔下家用电器的电源插头；如有宠物，托付他人代为照看；检查所有门窗的锁，拜托可靠的朋友或邻居不定时查看，自己一定要随身带好家门的钥匙。
2. 请把旅行路线的出团通知书留给自己的家人或亲友。检查是否带好了与家庭、单位和亲朋好友联系用的电话号码。
3. 出行时请带好证件，如老年证、身份证、军官证、学生证、残疾证、户口本等。

二、出行注意事项

（一）出行中请认真阅读出团通知书、当地行程公司和旅行社的告知书，记好通知的集合时间，地点、集合标志、联系人电话，要在规定的时间内到达指定的地点集合。带好自己的相关证件。

（二）注意证件机票、个人财物安全

1. 护照是我们在国外唯一有效的身份证明，丢失护照将造成极大的不便和损失。护照须由自己保管，如客人自身原因丢失护照，由此产生的一切费用和造成的损失费用由客人承担。
2. 证件和贵重物品，如护照、身份证、机票、现金、支票等，请务必随身携带，一定不要放在托运的行李中。请妥善保管好自己的财物，贵重物品要随身携带或申请酒店的保险柜服务，不要将贵重物品放入行李、住宿的房间里。随身携带的贵重财物请放好放稳，最好不要离开自己的视线。我公司的所有项目不对您的个人财物安全负责，因此在您参加一日游项目的过程中请携带尽量少的现金、不要携带贵重物品、不要佩戴贵重首饰。

（三）在交通工具上注意事项

1. 乘坐飞机，如需调整座位，应在飞机起飞且安全带指示灯熄灭后商量调换，切不可挡住通道，影响其他客人行走。
2. 飞机上用餐时应将座椅靠背调直，以免影响他人。飞机上用餐每人一份，饮料免费，可按需要索取。如有回民或吃素等特殊用餐要求请提前向乘务员声明。若需服务可按呼叫按钮，不可大呼小叫。飞机上应轻声交谈，以免影响他人休息。
3. 出外旅游携带的行李要求轻便，旅行箱、包要坚固耐用，应尽量避免携带贵重物品，行李如需托运，切勿将现金及贵重物品放在托运行李中。大件行李在办理登机手续时交航空公司托运，托运的行李一定要包装结实并上锁。

4. 请将随身行李放置在本人座位上方的行李舱内，放不下的请安置在自己前排座位下面。5. 搭乘飞机时扣好安全带，不要在飞机上随意走动。机舱内全面禁烟。

6. 在汽车或列车车厢内行走，随时扶好把手。不要将手扶在门框上，以免行车时或突发紧急制动造成伤害；在火车上打水不宜过满，3/4 处为宜，以免烫伤；不要在车厢内吸烟，行李要保管好，夜间防止被盗；睡觉时车窗要关闭，以免受凉。

7. 在交通工具上禁止携带易燃易爆、管制刀具等危险物品。乘机、坐车、上船要注意扶梯。在台阶处站稳，乘车时注意颠簸路段及司机急刹车以免扭伤或摔伤身体，途中严禁追跑打闹。勿在车辆行驶过程中任意更换座位，头、脚勿伸出窗外，上下车时请注意来车方向以免发生危险。

8. 乘车晕车者请提前跟导游打招呼，请将前方座位留给老、幼、晕车客人乘坐。

9. 班机（火车）抵达目的地后，请您不要急于下飞机（火车）而遗忘物品，注意检查随身行李和物品。

10. 乘坐旅游车时，请系好安全带，礼貌待人。公共场所不大声喧哗。吸烟，不要随地吐痰，乱

扔废弃物，

以防影响他人休息。老人和儿童要有成年人陪护，在行车途中不要在车内走动，追逐嬉戏，以免在紧急制动时发生危险。下车参观，游览，请将小件贵重物品随身携带，不要将贵重物品（数码相机/摄像机、钱包、手机等）放在行李里，更不要放在车上，以免丢失。

11. 车辆在颠簸路段行驶过程中请不要站起，不要喝水或吃东西（主要是坚果类），以免发生呛水或卡咽等

情况发生危险。为保持车内卫生，旅游车上一般不允许吃水果及瓜子等带皮食品。

12. 在车上开窗通风时，不得把身体伸向车窗外，以免发生危险。

13. 有晕车、高血压、心脏病症的旅游者，请提前服用有效的药物，在旅途中若是有不舒服的症状，请及时告诉司机或导游。

14. 游客在乘车旅途中，请不要与司机交谈和催促司机开快车，违章超速和超车行驶；不要将头、手、脚或行李等物品伸出窗外，以防发生意外。不要向车窗外扔废（杂）物品（特别是硬质物品），以免伤害他人。带小孩的乘客请照顾好小孩，不要损坏车内设施，由此造成的处罚或赔偿纠纷等将由其自行承担。

15. 乘坐快艇、游艇、帆船等船只时，请全程穿着救生衣，臀部坐实坐凳，背部贴紧靠背，不要坐在船头等颠簸或易被海浪席卷的位置；船只行驶中抓紧扶手，不要随意走动，蹿跳、交换位置；不要在船只摇晃时行走，如必须行走请寻求船员或导游帮助；在船只停下时于船舷、尾部、船头活动时，必须抓紧栏杆和扶手，时刻穿着救生衣，遵从船员或导游的指示行事；留意船上的安全指示和安全禁止提示，严格遵照执行。

16. 如船只遭遇意外事故或不良天气，请务必保持冷静，穿好救生衣，服从船员或导游的指示行动，切勿惊慌失措，作出不恰当的处置。

（四）酒店注意事项

1. 入住酒店时请保管好房卡，检查房间内设施（卫浴设备、遥控器、烟缸、毛巾浴巾等）是否有损坏并及时告知酒店，以免退房时发生麻烦。染发的客人请自备一条毛巾。枕巾或是等发干了再入睡，以免染到酒店枕头上。

2. 在使用房间内物品时，看清是否免费使用，如使用非免费物品请看清标价。

3. 出入酒店房间请随手关门并把门窗锁好，不要随便开门或让陌生人进入房间以免上当受骗。

4. 勿将洗完的湿衣物披在灯上烤干或在床上抽烟。相应证件、护照、现金等应寄存在酒店保险箱内或随身携带，切勿放在酒店房间内、寄存行李处或旅行车内；入住宾馆时自己妥善保管好财物，贵重物品交前台保管，否则后果自负。入住宾馆度假村不要大声喧哗，有事联系服务员。

5. 沐浴时地面、浴缸容易打滑，一定要先把防滑垫放好以防滑倒摔伤，卧室的纸拖鞋不要穿到湿滑的浴室。

6. 每次退房前，仔细检查所携带的行李物品，特别注意证件和贵重财物（如：手机、相机、充电器、首饰、手表、电动剃须刀等物品）是否有遗忘。房间内配备的浴巾、毛巾、水杯、烟缸等物品不是免费赠送物品，均不可带出酒店。

（五）行中注意事项

1. 行程中牢记工作人员变化的集合地点、时间、所乘车船号，按照工作人员的要求和规定集合，参加活动；

2. 行程中要听从导游或工作人员的指挥安排，不擅自活动，以免发生离群、掉队、迷路等事件

或意外事故，如因擅自活动导致意外发生的，责任自负。

3. 行程中或自由活动时不擅自参加危险活动项目，如攀岩、浮潜、潜水、冲浪、高速摩托艇、水上飞机、高速游轮等项目，如擅自参加，责任自负。如系行程已安排的活动，要听从项目工作人员的安排，落实各项安全措施，切忌麻痹大意。携带儿童的游客，参加此类活动时应照顾好自己的孩子，切勿让孩子独自活动。身体状况不佳者请勿参加。患有心脏病、肺病，哮喘病，高血压、恐高症者切忌从事水上、高空活动。如有意外发生，责任自负。

4. 因无法预测海啸、台风，避免受到海蜇、鲨鱼袭击，防止溺水等意外发生，如游客下水也需根据自身情况仔细斟酌后，在教练或导游指导下穿戴好救生装备后再下水，不熟悉水性者，切勿独自下水，儿童一定要有家长陪同，不可单独游玩。如有意外发生，责任自负。

5. 搭乘快艇、游艇、帆船，参加漂流、浮潜、潜水及其他水上活动，请按规定穿着救生衣，使用指定装备，在规定范围内活动并遵照工作人员的指导。如有晕水、晕船者请勿游玩水上项目，如有意外发生，责任自负。

6. 登船，下船，在船只上进行水上活动以及跳水、聚会等活动，在船只上进行日光浴或行走时，应谨遵船上警示标识及船员、导游的提醒，在规定位置以规定方式进行活动，避开螺旋桨、楼梯边角、金属制品边角、弹簧、折叠件夹角、锋利的边角、玻璃、螺丝钉、绳索、绞盘等可能造成伤害的部件和位置，不要跳跃奔跑，避免不必要的伤害。

7. 在船只周围游泳、浮潜时应特别注意避开螺旋桨，并时刻留意海面的其他船只状况，不要在其他船只可能通行的位置活动，以免造成不必要的伤害。

8. 在乘坐缆车或其他高空项目时，一定要系好安全带，遵照工作人员指示上下。

9. 经过危险地段（如陡峭、狭窄的山路、湿滑的道路等）不可拥挤；前往险峻景点观光时应充分考虑自身的条件是否可行，不要有逞求和侥幸心理。

10. 在水上（包括江河、湖海、水库）游览或活动时，注意乘船安全，坐在船上安全地带，不要逾越安全警示牌，要穿戴救生衣；不要单独前往深水水域或危险河道。如不按相关规定行事，造成的后果将自行承担责任。

11. 在行程中如出现乏力、多汗、头晕、眼花、心悸等症状时，应及时休息，不可勉强坚持。患有心血管病的老年人，更要加强自我监护。老人易疲劳且不易恢复，旅游中要有充足的休息和睡眠。若感到体力不支，可休息或中止旅行。在长时间步行时应随时坐下小憩并且随时与工作人员联系以便在第一时间得到救护。如在旅途中感觉到有不适、疼痛或其他受伤症状，应第一时间告知工作人员以便及时救护。

12. 在走山路时靠内侧行走，要注意脚下，紧跟工作人员避开危险路线，照相时不要拥挤，以免发生意外；爱好摄影者，出发前应检查好携带的各种装备，出海游玩注意做好装备防水措施，谨遵“走路看脚下，看景不走路，摄影照相要站稳，所用器械要带牢”的安全教诲。

13. 不同的景点气候多变，要随时增减衣服，携带上雨具。行走出汗时不要马上脱衣敞怀。昼夜温差大的地区，睡前要盖好被毯。

14. 出游时，老人或儿童必须有亲朋好友陪伴，以免生病或发生意外时无人照顾。为防止老年人跌跤发生伤害，最好备以手杖。自觉维护景区内卫生，不乱扔废物，不在禁烟区抽烟，不要投食喂动物，不往河道湖泊里扔垃圾。

15. 到少数民族地区或国外，请注意民族禁忌，尊重当地民俗。

16. 骑马、骑大象、漂流、探险、自驾车等其他娱乐项目需在活动前要了解具体的活动常识，携

选好适合自己的各种项目，活动前检查好各种器械，注意安全，服从指导人员的指挥，永远记住“安全第一”的原则。团体旅游人身意外伤害险不含以上这些项目的赔付，需单独增加旅游娱乐保险费。郑重提醒旅游者谨慎参加赛车、骑马、骑大象、丛林飞跃、攀岩、滑翔、探险、漂流、潜水、浮潜、游泳、滑雪、滑冰、滑板、跳伞、热气球、蹦极、冲浪等高风险自选活动，若由此造成的人身伤亡或财产损失，请必须通过提前购买相应保险予以保障，我公司仅提供代订服务，对上述人身伤亡或财产损失不承担责任，不负责赔偿。

17. 旅游人身安全，尤其是自由活动时间，至少保持两三人的人数一起活动，切忌单独外出！最好与熟悉的人结伴，既可增添旅游的乐趣，又能互相照顾。在自由行过程中您自愿参加的一切活动项目，请充分了解活动的内容并严格遵守活动项目的安全规定，对您在此过程中发生的意外不承担任何责任。建议您主动购买相关保险！

18. 参加高原类或出海旅行，请你在出发前将自己的身体健康状况如实告知，严重心脏病、高血压、肺和血液系统疾病患者不宜上雪山或乘坐快艇。建议您出行前最好去正规医院进行体检，对自己的身体健康状况负责，如隐瞒身体情况发生的问题我公司不承担任何责任。请旅游者带上必要的应急药品和其他物品，不宜剧烈运动，不宜饮酒，多食蔬菜、水果，以防发生严重事故。

19. 认真听取当地工作人员有关安全的提示和忠告，注意并严格遵守景区及所乘坐的交通工具的安全标识、提示等，如违背或逾越安全警示标识等并由此造成的后果将自行承担。

（六）饮食注意事项

1. 出行中不光顾路边无牌照摊档，不吃不洁和生冷食品，防止病毒性肝炎、痢疾、伤寒等肠道传染病经口进入。在外面私自食用不洁食品和海鲜引起的肠胃病或其他疾病，我公司不承担责任，如因此耽误行程的，责任自负。

2. 重视饮食卫生，严防“病从口入”。对各地的风味小吃、土特产食品应以品尝为主，一次不宜吃得太多，更不能暴饮暴食，以免引起消化不良等。

3. 多吃新鲜蔬菜和水果，少食油腻和辛辣生冷食物，少饮或不饮酒。

4. 饮食有特殊要求游客提前跟导游或工作人员打招呼，以便导游或工作人员更好地给您安排饮食。

5. 海边吃海鲜应选择新鲜的海鲜，吃海鲜不宜饮啤酒、不宜与某些水果同吃，且吃海鲜后不要马上去游泳。如果因自行购买海鲜发生问题（非行程安排的用餐），我公司不承担任何责任。

6. 用自助餐本着“酌量取食、杜绝浪费”，遵循“勤拿少取、尽量不剩”的原则。

7. 各地的饮食文化都有当地特色，因此“入乡随俗”是很重要的心理准备。

8. 用餐时切记请勿大声喧哗、敲打餐具、划拳行令、夹菜、盛饭应顾全大局，如果将自己喜好的餐食全部占为己有，是不礼貌和自私的行为。

（七）购物注意事项

1. 切勿在公共场所露财，购物时勿当众清数钞票。

2. 购买商品时请向商店索取完整的发票和购买证明。

3. 在小摊位购买物品时，看好后再与商贩讨价，如无意购买切勿与商贩多做讨价，以免发生争吵。

（八）注意天气变化安全

1. 如去草原或高原旅游气候昼夜温差大，请多带衣物，骑马、登山请穿旅游鞋或软底鞋，穿长

裤袜手套等。

2. 遇有紧急情况（地震、火情、飓风等自然灾害），千万不要慌张，镇定地判断情况。注意当地的天气预警报告，应提高自我保护意识，主动地实行自救。服从公共执政部门的指挥，即使在最危险的时刻，也要保持镇静，等候救援人员救助。

3. 如遇海拔高，请大家根据自己的身体最好饮用自备矿泉水以防肠胃不适。因昼夜温差较大洗浴时要根据自己体能酌情洗浴，以防感冒。旅游出发前应事先了解当地的气候、气温，携带相应的用品（如雨伞、遮阳帽、墨镜等），备齐相应的衣物及自需药品。

4. 注意高原雷雨天气的雷电的科学躲避，不要到树下、民房下避雨，不要走动，应原地蹲下，关闭带电的器具并收起金属杆雨伞。

5. 在海上遇到风浪，请穿好救生衣在座位上坐好，抓紧扶手，听从工作人员指示行动。

（九）涉及旅游目的地为高原地区的注意事项

1. 提醒游客多饮水、不吸烟。避免剧烈活动、控制情绪兴奋。

2. 不用过烫的热水洗澡。不吃过量的脂肪和动物蛋白。

3. 部分人群不宜进入高原旅游（心脏病、高血压等慎行）。

（十）涉及旅游目的地为海边、水上项目的注意事项

1. 规定的安全区域内活动，切勿擅自下水，感觉不适上岸休息。

2. 酒后不要游泳、潜水。照顾好自己孩子。

3. 患先天性心脏病等疾患游客不宜下水。

4. 参加高风险水上项目活动要听从安排，参加前请考虑自己身体状况适合参与的前提下参与。

5. 安全区域内下海务必注意安全，穿救生衣或泳圈注意涨潮切忌不能下海，注意涨潮和离岸流。

6. 涉及漂流的，寄存随身物品，穿好救生衣，落实各项安全措施切忌麻痹大意。

7. 自由活动期间切勿擅自下水。

三、为提高公民文明素质，塑造中国公民良好国际形象，中央文明办、国家旅游局联合颁布了《中国公民出境旅游文明行为指南》。外交部领事司谨提醒每位公民出境旅游时要努力践行《指南》，克服旅游陋习，倡导文明旅游行为。该指南内容如下：

中国公民，出境旅游，注重礼仪，保持尊严。
讲究卫生，爱护环境；衣着得体，请勿喧哗。
尊老爱幼，助人为乐；女士优先，礼貌谦让。
出行办事，遵守时间；排队有序，不越黄线。
文明住宿，不损用品；安静用餐，请勿浪费。
健康娱乐，有益身心；赌博色情，坚决拒绝。
参观游览，遵守规定；习俗禁忌，切勿冒犯。
遇有疑难，咨询领馆；文明出行，一路平安。

本人已阅读上述《文明安全出行告知书》，已明确知晓并理解相关旅游文明、安全须知及风险提示，本人承诺对自己的人身及财物安全负责。本人已阅读并理解其中所述保险险种的赔偿、免责等条款内容，旅行社已履行风险告知义务。